



**Sepa como tratarla**

FOTO:CORTESIA

# Identifique la urticaria por frío

**SAUS**  
WH

La urticaria por frío es una reacción en la piel provocada por el frío que se presenta minutos después de haberte expuesto al frío.

La piel afectada presenta ronchas rojizas que pican (urticaria).

Las personas con urticaria por frío presentan síntomas muy diferentes. Algunas tienen reacciones leves al frío, mientras que

otras tienen reacciones graves.

En algunas personas con esta afección, nadar en agua fría puede provocarles presión arterial muy baja, desmayos o choque.

La urticaria por frío se presenta, más comúnmente, en los adultos jóvenes. Si crees que tienes esta afección, consulta con el médico.

El tratamiento suele consistir en medidas preventivas, como tomar antihistamínicos y evitar el agua y el aire fríos.

**Síntomas**

Los signos y síntomas de la urticaria por frío pueden comprender:

- Ronchas temporales rojizas que causan picazón (urticaria) en las zonas de la piel que han estado expuestas al frío
- Un empeoramiento de la reacción a medida que la piel se calienta
- Hinchazón de las manos al agarrar objetos fríos
- Hinchazón de los labios al consumir alimentos y bebidas

fríos

**Las reacciones graves pueden ser:**

- Una respuesta en todo el organismo (anafilaxia), que puede provocar desmayo, la aceleración del corazón, hinchazón en las extremidades o el torso y choque
- Hinchazón de la lengua y la garganta, lo que puede dificultar la respiración

Los síntomas de la urticaria por frío comienzan poco después de que la piel se expone a una dis-

minución repentina de la temperatura ambiente o al agua fría. El clima húmedo y ventoso puede exacerbar los síntomas. Cada episodio puede durar aproximadamente dos horas.

Las peores reacciones generalmente ocurren con una exposición total de la piel, como nadar en agua fría. Tal reacción podría provocar la pérdida del conocimiento y ahogo.

# ... Identifique la urticaria por frío



FOTOS: CORTESIA

## Causas

Nadie sabe exactamente qué causa la urticaria por frío. Algunas personas parecieran tener células de la piel muy sensibles, debido a un rasgo hereditario, un virus o una enfermedad. En la forma más frecuente de esta afección, el frío desencadena la liberación de histamina y de otras

sustancias químicas en el torrente sanguíneo. Estas sustancias químicas provocan enrojecimiento, picazón y, a veces, una reacción en todo el cuerpo (sistémica).

## Factores de riesgo

Tienes más probabilidades de padecer esta afección si:

- Eres un adulto joven. El tipo más frecuente, la urticaria por frío adquirida primaria, se presenta más comúnmente en los adultos jóvenes.
- Tienes una afección no diagnosticada. Un tipo menos frecuente (la urticaria por frío adquirida secundaria) puede deberse a un problema de salud no

diagnosticado, como la hepatitis o el cáncer.

■ Tienes determinados rasgos hereditarios. En casos poco frecuentes, la urticaria por frío es hereditaria.

Este tipo hereditario provoca ronchas dolorosas y síntomas similares a los de la influenza después de la exposición al frío.

## Complicaciones

La principal complicación posible de la urticaria por frío es una reacción grave que se produce después de exponer al frío zonas extensas de piel, por ejemplo, cuando se nada en agua fría.

## Prevención

Los siguientes consejos

pueden ayudarte a prevenir un episodio recurrente de urticaria por frío:

- Toma un antihistamínico de venta libre antes de la exposición al frío.
- Toma los medicamentos según lo recetado.
- Protégete la piel del frío o de los cambios repentinos de temperatura. Si vas a nadar, primero sumerge la mano en el agua y observa si tienes una reacción en la piel.

■ Evita las bebidas y las comidas heladas para prevenir que se hinche la garganta.

■ Si el médico te ha recetado un autoinyector de epinefrina (EpiPen, Auvi-Q u otros), llévalo contigo para ayudar a prevenir reacciones graves.

■ Si tienes programada una cirugía, habla con el cirujano con anticipación acerca de tu urticaria por frío.

El equipo quirúrgico puede tomar medidas para ayudarte a prevenir los síntomas provocados por el frío en el quirófano.

## HOSAKA DENTAL

Del Doctor Erick Hosaka

Le Brinda Garantía y seguridad en esta época del COVID-19

Un Dentista que cuenta con la más alta tecnología para los diagnósticos y cuidado de sus dientes.



### En las siguientes especialidades

- Exámenes y Limpiezas Dentales
- Curaciones
- Invisalign (ortodoncia invisible)
- Coronas y puentes
- Emergencias dentales

**SE HABLA INGLÉS Y ESPAÑOL**

Pida su cita llamando al

**301 657 2225**

## TOTAL DENTAL CARE

Dentista Familiar y Cosmética  
Dr. Linh Anthony Nguyen, D.D.S., P.C.



CORONAS, PUENTES, DENTADURAS, EXTRACCIONES, ROOT CANAL, IMPLANTES, COSMETICA DENTAL, TRATAMIENTO DE ENCIAS.

Abrimos hasta tarde los sábados y domingos.

**ORTODONCIA:**  
FRENILLOS PARA NIÑOS Y ADULTOS  
**SERVICIO DE EMERGENCIAS**  
Aceptamos la mayoría de seguros y Medicaid. Financiamiento a 12 meses sin intereses con crédito aprobado.

**PACIENTES NUEVOS**

**Limpieza**  
**\$60**

Incluye: Examen y consulta. Chequeo del cancer bucal 4 Rayos X (bitewing) Precio Regular \$200. Sólo pago en efectivo. No válido con seguro para terceros.

**703-256-1183**  
5017-B Backlick Rd.  
Annandale, VA 22003



**¡Use la mascarilla!**  
**¡Cuide su salud y la de su comunidad!**

- Utilice la mascarilla al salir de su casa.
- Mantenga el distanciamiento social.
- Lávese las manos con frecuencia.
- No salga de su casa si está enfermo/a.
- Si lo necesita, hágase la prueba del COVID-19 y quédese en cuarentena.

El uso correcto de la mascarilla incluye:

- Tape la boca y la nariz completas, todo el tiempo.
- Lave la mascarilla con frecuencia (o reemplace si es desechable).
- No baje la mascarilla a la barbilla.
- Lávese las manos luego de tocar la mascarilla.

Más información en: <https://coronavirus.dc.gov/>

Un proyecto de Fiesta DC, Inc. | [www.fiestadc.org](http://www.fiestadc.org) | [info@fiestadc.org](mailto:info@fiestadc.org) | 202-390-2335

Mascarillas elaboradas a mano por la colectiva de mujeres de DC, Rayo de Esperanza. <https://www.rayodeesperanzadc.com/>

